



## Die Phoenix-Osterferienchallenge

### 1. Tag „Krasse Kresse“:

Leg ein Kressebeet an und pflegt es. Wenn es gewachsen ist, macht ein Foto und erzählt uns, wie dir die Kresse geschmeckt hat und wie Du sie gegessen hast, z.B. auf Brot, im Salat, pur....?

### 2. Tag „Wissen ist Macht“

Mach das Corona-Quiz! Wieviel Punkte hast Du geschafft? Tipp: Die Antworten sind auf dem Infoblatt.

### 3. Tag „Hoch hinaus mit dem Hüpfspiel“

Male draußen auf einem Platz, wo du immer 2 m Abstand von anderen Menschen hast, mit Kreide ein Hüpfspiel auf. Wie viele Durchgänge (von 1-7 und zurück) schaffst Du ohne Pause?



### 4. Tag „Mal was springen lassen“ s

Falte einen Origami- **Frosch**. Du kannst ihn auch bemalen. Mach ein Foto davon.  
[https://www.besserbasteln.de/Origami/Tiere%20falteln/frosch\\_1.html](https://www.besserbasteln.de/Origami/Tiere%20falteln/frosch_1.html)

### 5. Tag „Applaus“

Applaudiere um 19 Uhr auf Deinem Balkon oder offenen Fenster oder draußen 1 Min. den Helden des Alltags, wie den Verkäufer\*innen, Pflegekräften, medizinischen Personal u.s.w. Und Dir gleich mit fürs Schaffen der Challenge. **Herzlichen Glückwunsch!**



### Bonuschallenge für die Mutigen:

Einen Tag ohne Spiele am Bildschirm von Smartphone bis PC und Fernsehen.

### Die Ergebnisse und Fotos kannst du:

mailen an [mgh@mittelhof.org](mailto:mgh@mittelhof.org) oder

per Post schicken ans Phoenix: Teltower Damm 228, 14167 Berlin

posten auf unsere Webapp: [www.mgh-phoenix.de](http://www.mgh-phoenix.de) Vielen Dank ans KiJuNa fürs Erstellen der Webapp!

Wer die Challenge geschafft hat, kriegt eine **Überraschung**, wenn das Phoenix wieder geöffnet hat.

Wenn Du **Fragen hast, oder mitmachen willst** und noch nicht unser **Ostertütchen** mit Hilfsmitteln und Stärkungen dafür bekommen hast, melde dich bei uns und sag uns Deine Postanschrift (Vor- und Nachname, Straße und Hausnummer, Postleitzahl). Wir schicken sie Dir dann zu.

Hier nochmal unser Kontaktdaten. Wir sind **Mo-Fr von 11-16 Uhr für euch da.**

Telefon # 84 50 92 47

Webapp: [www.mgh-phoenix.de](http://www.mgh-phoenix.de)

mailen an [mgh@mittelhof.org](mailto:mgh@mittelhof.org)

Viel Spaß wünschen Dir  
Lukas und Alex

